

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "ККДП"



Воробьев П.В.

ГБОУ СОШ № 103 ( 5-11 класс)



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № 103

М Е Н Ю

на 14.09.2026

| Наименование блюда                                   | Цена  | Выход | Ккал  |
|------------------------------------------------------|-------|-------|-------|
| <b>Завтрак</b>                                       |       |       |       |
| №2 Бутерброд с повидлом**,                           |       | 60    | 110   |
| №173 Каша молочная геркулесовая с маслом сливоч...   |       | 250/5 | 375   |
| №376 Чай с сахаром                                   |       | 200   | 106   |
| №ПР Хлеб пшеничный***                                |       | 35    | 89    |
| Итого:                                               | 100 * | 550   | 680   |
| <b>Обед</b>                                          |       |       |       |
| №ПР Икра кабачковая*                                 |       | 100   | 134   |
| №102 Суп картофельный с бобовыми (горохом) и зеленью |       | 250/1 | 162   |
| №260 Гуляш мясной.****                               |       | 100   | 189   |
| №202/309 Макароны изделия отварные с м/р.            |       | 180   | 202   |
| №342 Компот из свежих яблок                          |       | 200   | 115   |
| №ПР Хлеб пшеничный                                   |       | 30    | 81    |
| №ПР Хлеб ржано пшеничный                             |       | 30    | 67    |
| Итого:                                               | 138   | 891   | 949   |
| Всего:                                               | 238   | 1 441 | 1 629 |

Для всего меню

| В граммах                           |             |            | Витамины в миллиграммах |              |              |
|-------------------------------------|-------------|------------|-------------------------|--------------|--------------|
| Белки                               | Жиры        | Углеводы   | вита - 274,57           | витВ1 - 1,05 | витВ2 - 0,68 |
| 53,44                               | 52,69       | 213,51     | витС - 12,67            | витЕ - 0,04  | витD - 0,48  |
| Минеральные вещества в миллиграммах |             |            |                         |              |              |
| Na - 2 570,8                        | K - 1 245,3 | Ca - 358,2 | Mg - 181,72             |              |              |
| P - 688,26                          | Fe - 12,27  | I - 230,95 | Se - 27,25              |              |              |

Зав. производством

(Киселёва Е.Н.)

Калькулятор

Бездушная